



かなえ



第4号(平成24年3月1日)
医療法人社団 鼎会 八柱三和クリニック
千葉県松戸市日暮1-16-2 日暮ビル2階 047-312-8830
<http://www.yabashirasawa-clinic.com>

花粉症とアレルギー性鼻炎 内科部長 渡辺聡枝

ついに**スギ花粉**の飛ぶ季節が来ました。今年
はニュースなどで話題になるのが遅く、花粉が飛
ぶのも短期間だという情報もありますね。いずれ
にしても、この季節になると鼻水、くしゃみ、鼻閉、
時にはのどの違和感や目のかゆみなどで辛い
日々が続く方も多いと思います。そこで、今回は
アレルギー性鼻炎と花粉症について書いてみた
と思います。

1:花粉症とアレルギー性鼻炎のちがいは？

よく、アレルギー性鼻炎はありません、花粉症は
あります、という方がおられますが、花粉症はア
レルギー性鼻炎の一種です。何らかの物質に対す
るアレルギーをおこして鼻水、くしゃみ等がおこ
る病気をアレルギー性鼻炎といい、アレルギー性鼻
炎のうち、花粉に反応して症状が出る病気を花粉
症と言います。花粉症は他の季節にもおこりま
すが、圧倒的にスギ花粉に対するアレルギーをお
持ちの方が多く、この季節になると、特に話題
になるのです。

花粉症以外には物質でなく温度変化などで同
様の症状の出る血管運動性鼻炎や、季節に関係
なく一年中鼻炎症状の通年性鼻アレルギー
もあります。通年性鼻アレルギーはハウスダストが
原因であることが多いようです。

2:検査をしないとアレルギー性鼻炎と診断でき ない？

アレルギー性鼻炎、花粉症があるようにも思
うけれど、検査を受けたことがありません、と
おっしゃる方もいますが、症状が明らかであれば、
検査は必須ではないと思います。

3:アレルギー性鼻炎(含む花粉症)の予防は？

基本はスギ花粉やハウスダストなどのアレルゲ
ン(アレルギーのもととなる物質)を避けること
です。マスク(なるべく目の細かいもの)も効果
的です。

4:アレルギー性鼻炎の治療は？

予防だけでは症状がでて辛い、という方は薬
を検討します。

アレルギー性鼻炎の方がとても多いこともあり、
今では効果が高く、眠気や口の渇きなどの副
作用が少ない薬が増えてきています。症状に
応じて、組み合わせ使います。

＜点鼻薬＞ 蓄膿症など感染のない場合には、
点鼻薬の効果が期待できます。(フルナーゼ、
ナゾネックスなど)市販の点鼻薬には血管収
縮剤が配合されている場合が多く、長く連
用すると点鼻薬性の鼻炎が起こりますので
注意が必要です。

＜内服薬＞ 主に第二世代の抗ヒスタミン
剤を処方します。個人差はありますが、第一
世代の薬ほど眠くならず、のどの乾きもあ
まりありません。

それぞれに特徴があり、特に眠くなり
にくいもの、一日一回でよいもの、鼻閉
に特に効果のあるもの、妊婦さんにも比
較的安全と言われているもの(いつどん
なドラマが待っているかわかりません
から、妊娠前からなるべく安全な薬を調
整します。)等、患者さんにあわせて使
い分けします。作用機序の異なる複数
の薬を内服していただくこともあります。

＜内服薬を飲むコツ＞ 症状の軽い方は
症状がでた時(できれば鼻がむずむずし
はじめて時)に内服しても間に合いますが、
症状の重い方は、花粉の飛ぶ2~3週
間前からの早めの内服がお勧めです。
鼻粘膜の腫脹が高度になると、いつも
効果のあるはずの薬でも効きません。

タイミングをのがして、あるいはたく
さん花粉(など)を吸い込んでひどい症
状がでてしまったとき、いつもの薬
では鼻水が止まらず、だるくて思考力

も低下、等々で早く確実に止めたいときには、強めの薬を使います。ネオマレルミンなど第一世代の抗ヒスタミン剤か、セレスタミン(ステロイド配合)を要所で使います。一〜数回使用して症状が落ち着けば、もとの副作用の少ない薬でも効果が得られるようになることが多いです。どうしても止めたい日だけ強い薬を使うという方法もあります。

<点眼薬>

目の痒みがあるときには点眼薬も使います。程度が軽い時は、内科で点眼薬を処方させていただくこともできます。

私自身も花粉症に悩まされる年が多く、いろいろ試してみました。マスクをしっかりとすることを心がけ、飲み方の工夫をして、以前に比べると、ずいぶん楽に過ごせるようになってきています。辛い日々を送っている方、是非ご相談ください。

業務は交代制 看護師主任 南雲朋子

毎日の業務の中で「今日、〇〇さんお休みなのか?」とか「最近、姿が見えなかったけれど・・・」と言われることがあります。

皆さんに、親しみをもって気にしていただけて、スタッフ一同ありがたく感じています。

当クリニックでは、看護師 12 名、レントゲン技師 2 名、薬剤師 1 名、事務 9 名で先生方の診療をそれぞれの立場で援助しています。

看護師については、内視鏡担当、化学療法担当、外科担当、採血室担当、処置室担当と様々な役割があり、事務も受付・会計・スタッフステーションと様々な担当を交代でこなしています。

交代制にすることで、どのスタッフもクリニック内の流れが把握でき、業務の問題点や改善点に気付け、質を向上することにもつながります。

担当によっては、こもりっきりになって姿が見えないこともあるでしょう。

なじみのあるスタッフの顔が見えなくなっても、決して不安になったりしないで下さい。

当クリニックのスタッフはどこにいても姿が見えなくても、患者様のことを考えて業務をこなしています。そして何よりクリニック内の全てのスタッフが、患者様一人一人に安心感を与えられ、なじみのある存在になればと願っています。

3月と言えば・・・?

医事課 酒井美加

3月の行事といえば、皆さんは何が思い浮かびますか?

雛祭りでしょうか? 春分の日やホワイトデー。

お子さんのバレンタインにいただいた『友チョコ』のお返し作りで大変な親御さんもいらっしやると思いますが、子供にとっては楽しみな行事の一つみたいですね。

でも!! 良いことばかりではありません。

私もですが花粉症に悩まされる時期にもなってきました。来院される患者さんの中でも花粉症の薬をもらっていく方が増えています。

しばらくの間は、ティッシュの箱を持つての仕事になります。

また、日本では年度替りの時期。

月を通して卒業式や送別会が行われる、出会いと別れの時期ですね。

別れにも意味があつての事と思いつつも悲しい・寂しい気持ちになります。

出会いには嬉しい半面、不安もあります。

そんな気持ちと葛藤しながら、何かと忙しい日々が続くなかでも、小さな幸せや喜びを見つけて、笑顔でいたいと思う今日この頃です。



病床認可の署名、ご協力ありがとうございます。

**2月29日現在の署名数
21,611名!になりました。**

《クリニックニュース》



2月16日(木)外来終了後に 全体会議(事業報告)と渡辺修医師による職員向け勉強会がありました。動画や画像が入り分かり易く、勉強になりました。法人全体の取り組みが、職員ひとりひとりの取り組みになるように。また、医療の進歩をクリニック全体でアップデートしていけるようにしています。(チーム三和の精神はこんなところにも。)

編集後記

3月号では、渡辺聡枝医師に「花粉症とアレルギー性鼻炎」をテーマに記事をいただきました。花粉症でお悩みの方は、ご参考ください。

病床許可の決定まで、あと少し。待ち遠しい毎日です。こうしていただけるのもあとわずかでしょうか？認可が決まれば、工事に関わる色々なことで、大忙しの毎日になるでしょう。患者さんからの署名が21600名を超えました。その方々に、三和病院の計画の概要を、早く公表できるようにしたいと思います。経過は常にホームページやブログ、院内掲示でお知らせします。(M・N)



八柱三和クリニック診療医師担当表

		月	火	水	木	金	土
乳腺外科	午前	渡辺 修	渡辺 修	(手術)	渡辺 修	渡辺 修	渡辺 修
	午後	渡辺 修	渡辺 修		(手術)	渡辺 修	
整形外科	午前	池谷昌道	幸島雄太		糸魚川善昭		
	午後	小酒井治 (2, 4) 池谷昌道 (1, 3, 5)	幸島雄太		糸魚川善昭		
内科 1	午前	斉藤丈夫	斉藤丈夫	斉藤丈夫	斉藤丈夫	斉藤丈夫	斉藤丈夫
	午後	斉藤丈夫		斉藤丈夫	(在宅)	斉藤丈夫	
内科 2	午前		渡辺聡枝	渡辺聡枝	渡辺聡枝	渡辺聡枝	杉崎良親
	午後		渡辺聡枝	渡辺聡枝	渡辺聡枝	(高林克日己)	
内科 3	午前	鈴木明子		鈴木隆弘	鈴木明子		高林克日己
	午後	鈴木明子	仲野総一郎		鈴木明子	鈴木明子	
胃カメラ	午前	渡辺英二郎		鈴木明子		鈴木明子	
大腸カメラ	午後	渡辺英二郎		鈴木明子		渡辺聡枝	

《お知らせ》

整形外科：池谷昌道医師

医局人事のため3月26日が最終診療となります。月曜日の整形外科は第2、第4午後の小酒井治医師を受診してください。

整形外科：糸魚川善昭医師

留学のため3月15日が最終診療となります。後任は金子晴香医師です。第2、第4木曜日は終日。第1、第3、第5木曜日は午前のみとなります。

第10回健康サービスデー

3月24日(土)午後3時より クリニックロビーに於いて開催されます。

今回は、当クリニック内科部長の渡辺聡枝医師による講演「ストップ！動脈硬化」です。普段は自覚症状が無くても、知らないうちに重大な病気につながる動脈硬化の危険因子をチェックして、脳梗塞や心筋梗塞を予防しましょう。

三和さくら会(糖尿病患者会)の定期総会が3月17日(土)午後3時より行われます。会員の方は是非ご参加ください。